

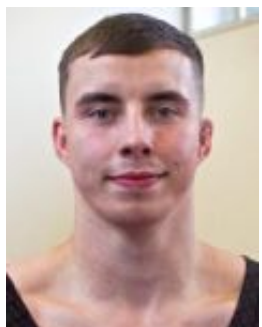
## Drei Neuzugänge auf Usedom dabei

**ZINNOWITZ – Vom 26. bis 30. Juli 2023 ging's für die Ringer des RV Thalheim wieder einmal zum Sommer-Trainingslager an die Sportschule Zinnowitz auf Usedom. Seit 2001 waren die Thalheimer fast in jedem Jahr auf der Insel – es war nunmehr schon das 18. Mal, dass man in Rufweite zum Ostseestrand schwitzte. Auf dem Programm stand die unmittelbare Vorbereitung auf die am 9. September beginnende Saison in der Regional- und Landesliga.**

Nach der Anreise am frühen Mittwohabend hieß es zunächst Matte aufbauen, ehe die erste ringerische Einheit am Donnerstagvormittag auf dem Programm stand. Zwar fehlten einige Athleten aus der ersten und zweiten Mannschaft, dennoch war die Matte mit 20 Sportlern gut gefüllt. „Ich wollte vor allem im kämpferischen Bereich und in der Kraftausdauer arbeiten. Deswegen wurde nicht nur auf der Matte, sondern auch mal im Fitnessraum trainiert“, skizzierte Coach Steffen Richter das Ziel. Auch der Spaß kam nicht zu kurz, etwa mit einer Trainingseinheit am Strand, dem traditionellen Lauf bis nach Trassenheide und zurück sowie dem gemeinsamen Grillen am Freitagabend. Um kleinere Wehwehen kümmerte sich wie gewohnt unser Physio Robin Bauer.



Zum ersten Mal mit dabei waren drei Neuzugänge beim RVT. Der 17-jährige John-Luca Koch soll vor allem die Landesliga-Mannschaft in den unteren Limits (54/57 kg, Freistil) unterstützen. „Johnny“ ist der Sohn von Mario Koch, dem mehrfachen Deutschen Meister aus Jena, der 2018 und 19 für den RV Thalheim auf die Matte gegangen war. Im Vorjahr wurde der Thüringer Deutscher Meister der Jugend A, 2023 errang er die Silbermedaille.



Ebenfalls in Zinnowitz dabei war Martin Hettler. Der 22-Jährige wechselt vom RC Potsdam ins Erzgebirge und soll in den Gewichtsklassen bis 98 und 130 kg (gr.-röm.) des Regionalliga-Teams zum Einsatz kommen. Der angestammte Thalheimer Kämpfer in diesen Limits, Chris Schneider, möchte aus beruflichen Gründen etwas kürzertreten und wird vermehrt in der zweiten

Mannschaft ringen.



Als Dritter im Bunde präsentierte sich Ricco Tewellis (vom SV Grün-Weiß Weißwasser). Der 19-jährige Ostsachse ist vor allem für die Landesliga (87/98 kg, gr.-röm.) vorgesehen, kann aber auch in der Regionalliga aushelfen. *Weitere Neuzugänge werden in Kürze vorgestellt.*

Am Sonntagvormittag endete das Trainingslager mit einer kleinen Feier im Rahmen des Frühstücks. Steffen Richter hatte nämlich just an diesem Tag seinen 57. Geburtstag.

Holger Hähnel, 01.08.2023. Fotos: Holger Hähnel, Steffen Richter.

## Galerie















